



И.О. Директор ГБОУ *Согласовано*
Руденко А.Б.

Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 26 " *04* 2024 г

11 день

| Сборник рецептов | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 210 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 200 | 9,90 | 14,70 | 37,40 | 306,20 |
| 2017 | 71 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,00 | 0,10 | 1,10 | 6,60 |
| 2021 | 576 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,00 | 1,10 | 21,20 | 107,20 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,20 | 0,00 | 6,70 | 27,40 |
| 2021 | 580 | ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ | 20 | 0,80 | 5,40 | 12,40 | 102,00 |
| 2021 | 470 | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 160 | 4,50 | 4,00 | 17,60 | 128,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 630 | 18,40 | 25,30 | 96,40 | 677,40 |
| Обед | | | | | | | |
| 2017 | 40 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 100 | 2,70 | 7,10 | 9,60 | 111,80 |
| 2016 | 82 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ. | 250 | 2,00 | 4,20 | 15,30 | 95,20 |
| 2016 | 271 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ | 100 | 9,70 | 5,00 | 9,40 | 124,50 |
| 2008 | 351 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) | 180 | 3,20 | 10,90 | 20,30 | 159,70 |
| 2021 | 575 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 3,90 | 0,70 | 27,80 | 132,60 |
| 2021 | 576 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,00 | 1,10 | 21,20 | 107,20 |
| 2008 | 442 | СОК АБРИКОСОВЫЙ | 200 | 1,00 | 0,00 | 25,40 | 110,00 |
| ТТК | 1 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 1030 | 26,40 | 29,20 | 137,10 | 884,00 |
| Всего за день: | | | | 44,80 | 54,50 | 233,50 | 1 561,40 |

Зав.производством:

Калькулятор: